ISPIT SAVJESTI[1]

pomoć u pripremi tzv. velike (ili životne) ispovijedi

Sv. Ignacije predlaže odmah nakon vježbi Prvoga tjedna obaviti veliku ispovijed, čak i onima koji se redovito ispovijedaju i to zbog tri koristi:

1. *premda onaj koji se svake godine ispovijeda nije dužan izvršiti veliku ispovijed, ipak, ako je obavi, ima veću korist i zasluge jer trpi veću bol zbog svojih grijeha i zbog zloće cijeloga svoga života;*
2. *budući da se u takvim duhovnim vježbama dublje upoznaju grijesi i njihova zloća nego u vrijeme kad se čovjek ne bavi toliko stvarima svoje nutrine, sada će, pošto ih je bolje upoznao i pretrpio veću bol zbog njih, otuda crpsti veću korist i zaslugu nego prije;*
3. *dosljedno tome, budući da se bolje ispovjedio i raspoložio, sposobniji je i pripravniji primiti Presveti sakrament, a to mu primanje pomaže ne samo da ne padne u grijeh već ga i uzdržava u rastu milosti. [DV 44]*[2]

Ovaj popis treba poslužiti samo kao pomoć u ispitivanju savjesti. On nije popis grijeha, osobito nije popis »teških« grijeha. Je li neka stvar grijeh ne ovisi samo o 1. naravi stvari, nego i o tomu 2. koliko je osoba svjesna da čini grijeh te 3. koliko ona svojom voljom na tu stvar pristaje. O ista tri čimbenika ovisi težina grijeha. Smrtni je grijeh onaj koji zadovoljava sva tri sljedeća uvjeta: 1. objekt mu je teška stvar, 2. učinjen je pri punoj svijesti i 3. učinjen je slobodnim pristankom. (usp. KKC 1857)[3] Laki se grijeh čini u sljedećim slučajevima: 1. kada je objekt grijeha laka stvar, 2. kada se u lakoj stvari ne obdržava mjera koju propisuje moralni zakon ili 3. kada se moralni zakon krši u teškoj stvari, ali bez pune svijesti i bez potpunog pristanka. (usp. KKC 1862)[4]

Osim navedenoga, dobro je imati na umu da savjest nije uvijek dobar sudac jesam li u nečemu zgriješio ili nisam. Ako mi savjest nije dobro odgojena, griješit ću a da me savjest zbog toga ne grize. Odgovorni smo za čine za koje nas savjest ne opterećuje zato što se nismo pobrinuli da nam savjest bude dobro odgojena. Ako ustrajemo u tomu da ne odgajamo savjest, ona može postati gotovo slijepa.[5]

Za ono što prepoznajem kao svoj grijeh nastojim u poniznosti odrediti koliko sam puta to učinio (namjerno ni umanjivati ni uvećavati). Također, nastojim u glavnim točkama ocrtati prilike u kojima sam počinio neki grijeh kada u dobroj vjeri ocjenjujem da su okolnosti utjecale na težinu grijeha.

Jesmo li skrupulozni, mogu nam pomoći pravila koja sv. Ignacije predlaže u DV 346-351.

---

[1] Ovaj se ispit savjesti ne preporučuje rabiti bez savjetovanja sa svećenikom, redovnikom, redovnicom ili teološki obrazovanim laikom upućenim u pitanja savjesti i sakrament pomirenja.

[2] Kratica »DV« označava tekst *Duhovnih vježbi* Ignacija Lojolskoga. Tekst *Duhovnih vježbi* napisan je kao niz bilježaka, pa brojka uz kraticu »DV« označava broj bilješke.

[3] Kratica »KKC« označava tekst *Katekizma Katoličke crkve*. Brojka uz kraticu »KKC« označava odjeljak teksta KKC-a.

[4] Evo dva primjera koja oslikavaju je li određeni čin grešan ili nije, i koliko je grešan.
Prvi primjer. Nije isto čuvam li kipić nekoga poganskoga boga kao uspomenu na dragu osobu koja mi je taj kipić darovala ili zato što vjerujem da mi taj kipić (ili bog kojega on predstavlja) donosi sreću. Iako je naizgled stvar ista: u svojoj kući imam kipić nekoga poganskoga boga, posve je moguće da u prvome slučaju nema grijeha (jer nije ispunjen uvjet namjere), a da ga u drugome ima (jer se osoba klanja drugome bogu).
Drugi primjer. Uzmimo da sam nekomu ukrao jabuku. Ako sam ju ukrao uzgajivaču jabuka koji ih ima na tone, riječ je o lakoj stvari, pa onda i o lakomu grijehu. Ako sam jabuku ukrao umirućemu od gladi, riječ je o teškomu grijehu.

[5] *[D]ogađa se da moralna savjest bude u neznanju i donosi pogrešne sudove o činima koje treba izvršiti ili su već izvršeni. To se neznanje često može pripisati osobnoj odgovornosti, a događa se 'kad se čovjek malo brine da traži istinu i dobro, i kada savjest zbog grešne navike pomalo postane gotovo slijepa'. U takvim slučajevima osoba je kriva za zlo koje čini.* (KKC 1790-1791).

I. Deset Božjih zapovijedi

1. Ja sam Gospodin Bog tvoj, nemaj drugih bogova uz mene.

1. jesam li se ogriješio o vjeru: jesam li hotimično sumnjao[6] u neku božansku osobu ili Presveto Trojstvo; nevjera[7]; krivovjerje[8]; otpad[9]; raskol[10].
2. jesam li se ogriješio o ufanje: očajavam[11] li ili sam preuzetan[12]
3. jesam li se ogriješio o ljubav: jesam li ravnodušan[13], nezahvalan[14], mlak[15], nehajan ili duhovno lijen[16], mrzim li na Boga[17]

   »Gospodinu Bogu svom se klanjaj«
4. štujem li Boga: klanjam[18] li mu se, molim li mu se (čista srca i redovito), žrtvujem[19] li mu, održavam li obećanja[20] i zavjete[21] koje sam mu dao
5. jesam li komu uskratio vjerske slobode[22]

---

6 »*Hotimična sumnja* o vjeri zanemaruje ili odbija držati istinitim ono što je Bog objavio i što Crkva predlaže vjerovati. *Nehotična sumnja* znači kolebanje u vjeri, poteškoću nadvladati prigovore vezane uz vjeru, ili pak tjeskobu izazvanu njezinom nejasnoćom.« Sumnja koja se njeguje može dovesti do duhovnog sljepila. (KKC 2088)

7 »*Nevjerovanje* je zanemarivanje objavljene istine ili hotimično odbijanje pristati uz nju.« (KKC 2089)

8 »*Krivovjerje* je ‘uporno nijekanje, poslije primljenog krštenja, neke istine koja treba da se vjeruje božanskom i katoličkom vjerom ili uporno sumnjanje u nju’.« (KKC 2089; *Zakonik kanonskoga prava* 751)

9 »*Otpad* je ‘potpuno odbacivanje kršćanske vjere’.« (KKC 2089; *Zakonik kanonskoga prava* 751)

10 »*Raskol* je ‘uskraćivanje podložnosti vrhovnom svećeniku ili zajedništva s članovima Crkve koji su mu podložni’.« (KKC 2089)

11 »*Očajem* se čovjek prestaje nadati svome osobnom spasenju od Boga, pomoći da ga postigne ili oproštenju grijeha. Tako se suprotstavlja Božjoj dobroti, pravednosti – jer Gospodin je, doista, vjeran svojim obećanjima – i njegovu milosrđu.« (KKC 2091)

12 »Dva su oblika *preuzetnosti*. Ili je čovjek preuzetan po tome što precjenjuje svoje moći (te se nada da se može spasiti bez nebeske pomoći), ili po tome što neopravdano računa na svemoć i milosrđe Božje (nadajući se da će postići oproštenje bez obraćenja i slavu vječnu bez zasluge).« (KKC 2092)

13 »*Ravnodušnost* ne mari za Božju ljubav ili odbija da o njoj vodi brigu; ne priznaje da je Bog onaj koji ljubi prvi i niječe snagu te ljubavi.« (KKC 2094)

14 »*Nezahvalnost* propušta ili odbija priznati Božju ljubav i uzvratiti Bogu ljubav za ljubav.« (KKC 2094)

15 »*Mlakost* je kolebanje ili nemar odgovoriti Božjoj ljubavi; može uključivati odbojnost predati se dinamizmu ljubavi.« (KKC 2094)

16 »*Nehaj* ili *duhovna lijenost* dolazi dotle da otklanja radost što dolazi od Boga i da osjeća odbojnost prema božanskom dobru.« (KKC 2094)

17 »*Mržnja na Boga* nastaje iz oholosti: oprečna je ljubavi prema Bogu, čiju dobrotu niječe, čak se usuđuje proklinjati ga kao onoga koji zabranjuje grijehe i udara kaznama.« (KKC 2094)

18 »Klanjati se Bogu znači priznati ga kao Boga, kao Stvoritelja i Spasitelja, Gospodina i Gospodara svega što postoji, kao beskonačnu i milosrdnu Ljubav. […].« (KKC 2096) Klanjati se Bogu znači priznati, s poštovanjem i posvemašnjom podložnošću, ‘ništavilo stvorenja’, jer ono ne postoji doli po Bogu. Klanja se Bogu znači hvaliti ga, kao Marija u hvalospjevu ‘Veliča’, uznositi ga a sebe ponizivati, sa zahvalnošću ispovijedajući da je učinio velike stvari i da je njegovo ime sveto. Klanjanje jedinom Bogu oslobađa čovjeka od zatvaranja u sebe, od ropstva grijehu i idolopoklonstva prema svijetu.« (KKC 2097)

19 »Prava je žrtva svaki čin koji se vrši da svetim zajedništvom prianjamo uz Boga (…) i da tako mognemo biti blaženi. « (KKC 2099) »Vanjska žrtva, da bude vjerodostojna, mora biti izraz duhovne žrtve: ‘Žrtva Bogu duh je raskajan’ (*Ps* 51,19) … ‘Milosrđe mi je milo, a ne žrtva!« (*Mt* 9,13; 12,17). (KKC 2100)

20 To se odnosi na obećanja dana u krštenju i potvrdi, ženidbi i ređenju te na obećanja iz osobne pobožnosti: neko djelo, molitvu, milostinju, hodočašće i sl. Crkva može dati oprost od obećanja zbog primjerenih razloga. (usp. KKC 2101 i 2103)

21 Zavjet je promišljeno i slobodno Bogu dano obećanje o mogućem i većem dobru. Crkva može dati oprost od zavjetâ zbog primjerenih razloga. (usp. KKC 2102 i 2103)

22 Nikoga se u vjerskoj stvari ne može primoravati da radi protiv svoje savjesti niti ga sprječavati da djeluje po svojoj savjesti, privatno ili javno, sâm ili s drugima. To pravo na slobodu imaju i oni koji ne traže istinu niti uz nju nastoje prianjati. (usp. KKC 2106)

»Nemoj imati drugih bogova uz mene«

6. jesam li praznovjeran[23], klanjam li se idolima[24]
7. jesam li sudjelovao u gatarskim ili magijskim činima[25]
8. jesam li počinio koji grijeh bezvjerja: jesam li iskušavao Boga[26], počinio svetogrđe[27], simonijski[28] čin
9. jesam li počinio grijeh bezboštva (ateizma)[29] ili agnosticizma[30]

(dodatan se ispit savjesti po prvoj Božjoj zapovijedi može naći na str. 12-14)

10. pripisujem li sebi ili komu drugomu osim Bogu darove koje uživam: slobodu, pamet, zdravlje, sposobnosti, ljepotu
11. je li mi središte života Bog ili netko drugi, npr. ja: moji planovi, želje, uspjeh, zdravlje i drugo
12. pokušavam li pod krinkom rada za Boga zapravo postići vlastiti uspjeh i zadovoljstvo
13. tražim li u Bogu Njega kao osobu ili ono što mi On može dati npr. dobar i uspješan život, određene karizme i sl.
14. nastojim li upoznati bolje svoju vjeru primanjem pouke (osobito čitanjem Sv. Pisma i Katekizma Katoličke crkve), slušanjem, poučnim razgovorom, izbjegavanjem onoga što vjeri može škoditi
15. nastojim li oko odgoja svoje savjesti
16. jesam li imao hrabrosti priznati se kršćaninom u društvu i tako se ponašati
17. držim li Boga odgovornim i optužujem li u svom srcu Njega za svoje loše stanje, protivštine na koje nailazim i nepovoljne okolnosti u kojima živim
18. popuštanje strastima ili njegovanje strasti
19. ako sam na neki način sudjelovao u nekoj nekatoličkoj crkvi**,** neka se ispitam je li to utjecalo na moj odnos prema Katoličkoj crkvi i njezinome nauku, prema B. D. Mariji i prema Papi

---

[23] »Praznovjerje je, na neki način, izopačena pretjeranost religije, […] zastranjenje religioznog osjećaja i djela koja iz njega izviru. Može se također prikazati pod maskom štovanja pravog Boga, npr. kad se nekim djelima, inače ispravnim ili nužnim, pridaje gotovo magična važnost. Pripisivati djelotvornost molitvama i sakramentalnim znakovima samo u njihovoj tvarnosti, a ne pazeći na nutarnje raspoloženje koje zahtijevaju – znači upasti u praznovjerje.« (KKC 2110 i 2111)

[24] »Idolopoklonstvo se ne odnosi samo na krivo pogansko bogoštovlje. Ono ostaje stalna napast za vjeru. Sastoji se u tom da se učini bogom ono što nije Bog. Idolopoklonstvo je kad čovjek časti i štuje neko stvorenje namjesto Boga, bilo da je riječ o bogovima ili zlodusima (npr. sotonizam), ili o moći, užitku, rasi, precima, državi, novcu, itd.« (KKC 2113)

[25] Sva su djela magije i čaranja teška povreda kreposti bogoštovlja. Njima se nastoji steći nadnaravna moć nad bližnjim, a ona nije opravdana niti kada se drugomu želi takvom moći pribaviti zdravlje. Još su više na osudu takva djela kada se čine s namjerom da se drugomu naškodi ili kada se njima želi postići zahvat zloduhâ. Crkva upozorava vjernike da se čuvaju spiritizma. Osuđuje se i nošenje amajlija. Pri korištenju tzv. tradicionalnih lijekova ne opravdava se zazivanje zlih sila niti iskorištavanje lakovjernosti drugoga (kada mu se daju terapije za koje se zna da nisu djelotvorne). (usp. KKC 2117)

[26] »*Iskušavanje Boga* jest u tome da se, riječima ili djelima, stavlja na kušnju njegova dobrota i svemoć. […] Izazov koji se krije u iskušavanju Boga vrijeđa štovanje i pouzdanje koje dugujemo svome Stvoritelju i Gospodinu. U njemu je uvijek pritajena sumnja u njegovu ljubav, providnost i moć.« (KKC 2119)

[27] »*Svetogrđe* jest obeščašćivanje sakramenata i drugih bogoslužnih čina, kao i osoba, predmeta i mjesta Bogu posvećenih, ili nedostojno postupanje s tim stvarima i činima. Svetogrđe je težak grijeh osobito kad je počinjeno protiv Euharistije, jer je u tom sakramentu suštinski prisutno sámo tijelo Kristovo.« (KKC 2120)

[28] »*Simonija* je kupovanje i prodavanje duhovnih stvari. […] Nemoguće je prisvajati duhovna dobra i s njima postupati kao vlasnik ili gospodar, jer im je izvor u Bogu. Moguće ih je samo kao čist dar primiti od Boga.« (KKC 2121)

[29] Bezboštvo (ateizam) ima vrlo različite oblike, a uvijek se sastoji u odbacivanju ili nijekanju postojanja Boga. (usp. KKC 2124 i 2125)

[30] Agnosticizam ima više oblika, a sastoji se u dopuštanju da postoji onostrano biće (Bog), ali da se ono ne može objaviti i o kojemu nitko ništa ne može reći. Može se sastojati i od bježanja od problema postojanja uopće, od tuposti moralne savjesti. (usp. KKC 2127 i 2128)

2. Ne izusti ime Gospodina, Boga svoga uzalud

1. svako neprimjereno služenje imenom Božjim, Isusa Krista, Djevice Marije i svih svetaca: jesam li obdržao obećanja dana u Božje ime drugima[31], jesam li psovao ili hulio, spominjao Božje ime u posve običnim uzvicima ili u poštapalicama (tzv. bogmanje)
2. krivokletstvo pozivajući se na Boga[32]
3. nastojim li se osloboditi navike psovanja i uzaludnoga spominjanja Božjega imena

3. Spomeni se da svetkuješ dan Gospodnji

1. nepohađanje svete mise[33] nedjeljom i zapovijedanim blagdanom (Božić, Bogojavljenje, Uzašašće, Tijelovo, Velika Gospa, Mala Gospa, Sv. Josip. Sv. Petar i Pavao, Svi sveti)
2. rad nedjeljom i blagdanom koji nije nužan (dežurstva, javni promet i sl.) i sve ostalo što priječi iskazivanje štovanja Bogu, radost vlastitu danu Gospodnjemu ili potreban odmor duše i tijela

4. Poštuj oca i majku da dugo živiš i dobro ti bude na zemlji

a) za djecu:

1. za malodobno dijete: jesam li poučljiv i poslušan svim razumnim[34] nalozima roditeljima i drugim svojim odgojiteljima (osobito članovima obitelji, npr. djedu ili baki)
2. za dijete koje se već osamostalilo: poštujem li roditelje i druge sebi pretpostavljene osobe, pitam li ih za savjet; brinem li moralno i materijalno za ostarjele, bolesne ili onemoćale roditelje

b) odnosi među braćom i sestrama

1. nastojim li da je moj odnos s braćom i sestrama ispunjen ljubavlju

c) za roditelje u odnosu prema djeci:

1. dajem li djeci dobar primjer time što sam poslušan volji nebeskoga Oca (uključujući i to da pred djecom priznam svoje slabosti)
2. nastojim li oko toga da u mojoj obitelji vlada nježnost, opraštanje, poštovanje, vjernost i nesebično služenje
3. nastojim li zadovoljiti djetetove materijalne i duhovne potrebe (onoliko koliko mi je moguće)
4. nastojim li oko odgoja djece, osobito u vjeri, krepostima, priučavanju odricanju, ispravnome rasuđivanju, vladanju sobom da bi dijete moglo odrasti u slobodi
5. ako Gospodin neko od moje djece pozove živjeti u djevičanstvu (posvećenome životu ili svečeništvu), prihvaćam li taj poziv radosno i zahvalno

d) za one koji su se iz valjanih razloga odrekli ženidbe[35]

1. ako sam se zbog valjanih razloga odlučio odreći ženidbe: živim li taj izbor radosno i prikazujući pripadajuće žrtve

e) za sve članove ljudske obitelji

1. ako obnašam građansku vlast: shvaćam li svoje dužnosti kao službu bližnjima; brinem li o tomu da se svugdje poštuje dostojanstvo osobe i naravni zakon; nastojim li oko pravednoga poretka vrednota te da zakoni i propisi ne uvode ljude u napast; nastojim li oko ostvarenja pravednosti

---

[31] »*Obećanja*, u ime Božje dana drugima, zalažu Božju čast, vjernost, istinitost i ugled. I zbog pravednosti treba ih održati. Biti nevjeran tim obećanjima znači zlorabiti ime Božje i, na neki način, učiniti Boga lažljivim.« (KKC 2147)

[32] »Zakleti se ili prisezati znači uzeti Boga za svjedoka onome što se tvrdi.« (KKC 2150)

[33] Zapovijedi sudjelovanja u misi udovoljava se ako se misi prisustvuje na samu nedjelju ili zapovjedani blagdan ili uvečer prethodnoga dana i ako je misa slavljena po katoličkom obredu. (*Zakonik kanonskoga prava* 1248)

[34] Ako je dijete u savjesti uvjereno da bi posluh nekoj odredbi bio protivan ćudoređu, neka ne posluša. (usp. KKC 2217)

[35] Među valjanim razlozima za odreknuće ženidbe su skrb za roditelje, braću ili sestre, posvećenje zvanju.

2. za sve građane: prihvaćam li one koji su mi nadređeni kao Božje predstavnike i pokoravam li im se zbog Gospodina (usp. 1 Pt 2,13.16); jesam li se nadređenima ipak spreman oprijeti kada pravedno ocjenjujem da neki njihov zahtjev šteti dostojanstvu osoba i općemu dobru, a osobito kada protuslovi ispravnoj savjesti[36]; podupirem li građanske vlasti u ostvarenju svega što je za dobro društva (npr. plaćanje poreza, glasovanje); ljubim li domovinu i služim li joj (npr. sudjelujem li u njezinoj obrani i zaštiti)

5. Ne ubij

1. ubojstvo čovjeka tjelesno, osim u izvanrednim okolnostima (u obrani vlastitoga života, u obrani životâ onih za koje smo odgovorni, u obrani općega dobra obitelji ili građanske zajednice)[37]
2. ne činiti ono što nam je moguće da se spriječi ili izbjegne rat[38]
3. u ratu: ne poštivati i nečovječno postupati s neborcima, ranjenim vojnicima i zarobljenicima; činiti išta što je očigledno suprotno pravu nekoga naroda[39]
4. učiniti bilo što s nakanom da neizravno izazovemo nečiju smrt; učiniti nešto što uzrokuje čiju smrt, makar i nenamjerno
5. ugrožavati živote neodgovornim ponašanjem (npr. u prometu, na određenim radnim mjestima)
6. uskratiti pomoć osobi u opasnosti
7. pobačaj, sredstva koja sprječavaju začeće ili ubijaju dijete u sâmom začetku (spirala, tzv. kontracepcijska pilula i sl.), odobravanje i savjetovanje pobačaja, bilo kakvo sudjelovanje ili omogućavanje izvršenja pobačaja
8. eutanazija i sudjelovanje u eutanaziji
9. samoubojstvo, hotimične misli o samoubojstvu, popuštanje napastima na takve misli
10. uzrokovati sablazan[40]
11. ne skrbiti za vlastito zdravlje i zdravlje drugih, promicati kult tijela (neprimjereno uzdizati npr. snagu tijela, njegovu ljepotu)
12. neumjerenost svake vrste: zloporaba jela (pretjerano jedenje ili izgladnjivanje, bulimično ili anoreksično ponašanje), alkohola, duhana, lijekova, iscrpljivanje radom
13. ovisnost o drogi, kocki, gledanju TV-a, igranju računalnih igrica i sl.[41]

---

[36] »Gdje javna vlast prelazi granice svoje nadležnosti i tlači građane, oni neka ne uskraćuju onoga što od njih doista zahtijeva opće dobro; ali neka im je slobodno protiv zloporabe te vlasti braniti prava svoja i svojih sugrađana, u granicama koje zacrtava naravni i evanđeoski zakon.« (KKC 2242; *Gaudium et spes* 74)

[37] Ponekad se u svrhu obrane vlastitoga života može dogoditi ubojstvo napadača. Takvo je ubojstvo dopušteno ako nije posljedica primjene većega nasilja od onoga za koje je napad dao povoda. Za spas se duše nije nužno odreći zakonite obrane da ne bismo druge ubili. Zakonita obrana je teška obveza onomu tko je odgovoran za živote drugih, dobro obitelji i građanske zajednice. Obrana općega društvenoga dobra traži da se napadača onesposobi da čini zla. (usp. KKC 2263-2266)

[38] Zakonita obrana vojnom silom (kada se građanima nameće pravo i dužnost za nacionalnu obranu) mora istodobno zadovoljavati sljedeće uvjete: 1. da je šteta koju napadač čini narodu ili zajednici naroda trajna, teška i izvjesna; 2. da su se sva ostala sredstva kojima bi se tome stalo na kraj pokazala neprimjenjiva ili bezuspješna; 3. da postoje ozbiljni uvjeti uspjeha; 4. da pribjegavanje oružju ne prouzroči zala i nereda većih od zla kojem se želi doskočiti. U ocjenjivanju četvrtoga uvjeta veoma veliku težinu ima moć suvremenih sredstava razaranja. (KKC 2309 i 2310)

[39] Slijepa poslušnost ne opravdava takve čine. (usp. KKC 2313)

[40] »Sablazan je stav ili ponašanje koje druge navodi na zlo… može brata uvući u duhovnu smrt.« (KKC 2284) Osobito je težak grijeh kada onaj tko je izaziva djelom ili propustom hotimice navodi druge na veliko zlo. Teška je i kada onaj tko je uzrokuje, npr. svojom slabosti, ima autoritet (oni koji po naravi ili službi trebaju druge učiti i odgajati).

[41] Barem jednim dijelom ovisnosti se mogu svrstati i u povredu prve Božje zapovijedi jer mi je u svakoj konkretnoj situaciji kada uzimam neku od nabrojanih tvari ta tvar nasušnija potreba od potrebe za Bogom i odlučujem se za nju namjesto za Boga. Ovisnost ima i drugi vid, u kojem se može promatrati kao bolest jer osoba vlada sobom u suženom opsegu. S obzirom da je u začetku ovisnička ponašanja često teško odredivo koliko sam svojevoljno i svjesno na njih pristao (ali osoba je rijetko ovisničko ponašanje počela posve bez svoje volje, odnosno prinudno), a koliko su na to utjecale prilike u kojima sam se našao, ispovjedit ću to ponašanje i pokajat ću se za onaj dio za koji sam pred Bogom po savjesti odgovoran.

14. mučenje druge osobe ili sebe sâma[42] (tjelesno, duševno, duhovno)
15. ne pokloniti dužnu pažnju i njegu umirućima da svoje posljednje vrijeme prožive s dostojanstvom i mirom
16. srditi se do mjere da imamo namjeru povrijediti, ozlijediti ili ubiti drugoga; popuštati napastima na takve misli
17. hotimično mrziti drugoga ili sebe, ne htjeti komu oprostiti, ne htjeti koga prihvatiti bez moralno opravdanoga razloga (npr. zato što je stranac)
18. namećem li drugima svoju volju, vrijeđam li čiju slobodu i prava
19. odnosim li se prema komu tako da ga iskorištavam ili bih ga želio iskoristiti kad bih mogao: njegov ugled, poštovanje koje uživa, njegov posao i sl.
20. činim li drugima što ne bih želio da meni čine
21. ogrješujem li se o strpljivost, ljubaznost i ljubav prema drugima

6. Ne sagriješi bludno

1. povrijediti čistoću[43]: bludnosti (traženjem zadovoljenja neurednih želja ili naslada spolnoga užitka izbjegavajući sjedinjenje i mogućnost začeća; npr. za osobe koje nisu u braku: poljupcem »usta na usta« ili dodirivanjem koje prelazi granicu prijateljskoga dodira); masturbacijom[44]; bludom (tjelesnim sjedinjenjem izvan braka); pornografijom; prostitucijom; silovanjem; razgovorima koji su protivni čistoći; posjećivanjem predstava ili zabava u kojima se ne poštuje čistoća, čitanjem takvih tekstova, gledanje takvih slika
2. homoseksualna ponašanja[45]
3. ogriješiti se o dostojanstvo ženidbe: preljubom; sklapanjem građanskoga braka kada je jedna ili su obje osobe već u sakramentalnoj ženidbi; mnogoženstvo; rodoskvrnuće; spolna zloraba mladih ili djece koja su nam povjerena na brigu; uživanje tzv. slobodne veze[46] ili tzv. braka na pokus
4. ogriješiti se o spolnost u bračnoj ljubavi: nedogovorenim uskraćivanjem; grubostima, sebičnosti u spolnome životu; spolnim životom koji trajno i bez opravdanoga razloga izbjegava mogućnost začeća (npr. »kontracepcijom«, prezervativom, prekinutim snošajem); podvrgavanjem umjetnoj oplodnji; trudim li se da bračna ljubav raste; jesam li bezobziran, zloban, osvetoljubiv i ne praštam bračnom drugu

7. Ne ukradi

1. otuđivanje stvari, novca i drugih materijalnih dobara; uzimanje stvari koje pripadaju braći, roditeljima bez pitanja, kao da pripadaju meni, npr. odjeću, automobil
2. nepravedno uzimanje i zadržavanje tuđega dobra, pa i kad nije protivno građanskome zakonu: zadržavanje pozajmljena dobra ili izgubljenih predmeta, varanje u trgovini, zakidanje u plaćanju za nečiji rad ili robu, povisivanje cijene zlorabeći neznanje ili nevolju drugoga; umjetno mijenjanje procjene dobara da se iz toga izvuče korist; podmićivanje; prisvojenje i privatna uporaba dobara nekoga poduzeća; varanje u prijavi porezne osnovice; krivotvorenje čekova i računa
3. nerad[47], loše obavljanje radova; nepoštivanje obećanja i ugovora (ako je preuzeta obveza moralno ispravna)

---

[42] Kao što nemam pravo mučiti, zlostavljati ili ubijati drugu osobu, isto nemam pravo činiti niti svojemu tijelu. Ono je hram Božji i tako je dolično odnositi se prema njemu. Tu naravno treba obratiti pažnju na to da nam tijelo od hrama Božjega ne postane bog.

[43] Čistoća je krepost koja sadrži cjelovitost osobe (u svojoj tjelesnosti i duhovnosti) i potpuno darivanje takve cjelovite osobe. Ona ne podnosi ni dvostruk život ni dvostruk govor. (usp. KKC 2337 i 2338)

[44] Masturbacija je »svojevoljno uzbuđenje spolnih organa radi postizanja spolnog užitka«. (KKC 2352)

[45] Psihički nastanak homoseksualnosti ostaje velikim dijelom neprotumačiv. Homoseksualni su čini u sebi neredni, protive se naravnome zakonu. Osobe su homoseksualnih sklonosti pozvane na čistoću te da sa žrtvom Gospodinova križa sjedine poteškoće koje trpe zbog svojega stanja. (usp. KKC 2357-2359)

[46] Slobodnom se vezom naziva odnos muškarca i žene koji odbijaju dati pravni i javni oblik vezi koja uključuje spolnu intimnost. (usp. KKC 2390)

[47] Rad je čovjekova dužnost. Čovjeku treba omogućiti da živi od svoga rada. U svemu se treba čuvati da se pravedno razumije: rad je za čovjeka, a ne čovjek za rad. (usp. KKC 2427-2430)

4. jesam li se ogriješio o krepost umjerenosti: čuvam li se da ne budem neumjereno privržen ovozemaljskim dobrima; škrtost; pretjerano trošenje, rasipništvo[48]
5. jesam li se ogriješio o krepost pravednosti: poštujem li prava bližnjih, dajem li im ono što im pripada
6. jesam li se ogriješio o krepost solidarnosti: činim li ono što bih želio da drugi meni čini u pogledu materijalnih, nematerijalnih (duševnih i duhovnih) dobara
7. jesam li nadoknadio štetu onomu kojega sam zakinuo: vratio oteto, obeštetio prevarenoga uključujući i dobit koju bi vlasnik dobio da mu dobro nije oteto
8. dajem li siromasima ono što im od dobara kojima raspolažem pripada: dužnost mi je od svoga suviška dati onima koji nemaju dovoljno za život[49]; nastojim li svuda ublažiti ljudsku bijedu (duhovnu, duševnu, tjelesnu); darujem li za misijske i uopće potrebe unesrećenih ili siromašnih
9. potkradam li druge tako što im ne dajem od dobara koje sam primio od Boga da njima raspolažem, npr.: savjet, prijateljstvo, vrijeme, ljubav, oprost, utjehu (osobito bolesnima i umirućima), oslobođenje od nepravedna tlačenja (ako mi je to moguće)
10. neumjereno bavljenje igrama na sreću i okladama[50]
11. odnosim li se prema nekoj osobi kao da je stvar (zanemarujući njezino dostojanstvo)
12. za osobe koje su odgovorne za poduzeće: uzimam li u obzir dobro osoba (a ne samo probitak); brinem li da radnici prime pravednu plaću[51]
13. sudjelujem li ili promičem nepravedan štrajk[52]
14. sudjelovanje u krijumčarenju; kupovina »na crno« (robe na koju nije plaćen porez)
15. neplaćanje doprinosa socijalnim i drugim dužnim ustanovama; korištenje povlastica koje mi ne pripadaju (npr. koristim student-servis iako nisam student, koristim porodiljski dopust iako nemam na njega pravo i sl.)
16. nepravedno, bezobzirno gospodarenje životinjama, biljkama, neživim bićima (rudama i sl.)[53]
17. poštivanje prirode i prirodnih izvora[54]: nepotreban rad motora i drugih strojeva koji zagađuju okoliš, nebriga za otpad koji nije smeće, bacanje smeća u prirodu, nepropisno odlaganja otrovnih tvari (za one koji rade u zdravstvu, kemijskoj ili sličnoj industriji), nepotrebna uporaba freona, rasipanje vode, el. energije i sl.

---

48 Prava mjera odnosa prema ovozemaljskim dobrima uključuje darežljivost. Škrtost i rasipništvo znaci su neumjerenosti.

49 »Ne dati siromasima da imaju udjela u našim vlastitim dobrima, znači okradati ih i oduzimati im život. Dobra koja držimo nisu naša, nego njihova. Kad siromasima dajemo prijeko potrebne stvari, ne iskazujemo im time neku osobnu darežljivost, nego im vraćamo što je njihovo. Više nego čin ljubavi, vršimo dužnost pravednosti.« (KKC 2446)

50 Igre na sreću (kartanje itd.) i oklade po sebi nisu moralno neprihvatljive, a takvima postaju kad osobu lišavaju onoga što joj je nužno za namirenje vlastitih i tuđih potreba. Grijeh je nepravedno se kladiti ili varati na kartama. (usp. KKC 2413)

51 Pravedna je plaća ona koja čovjeku namiče dovoljna sredstva za dostojno materijalno, društveno, kulturno i duhovno življenje. (KKC 2434)

52 Štrajk je opravdan kad se pokaže neizbježivim ili nužnim sredstvom. Neprihvatljiv je kad je praćen nasiljem ili mu se pridaju ciljevi koji nisu izravno povezani s uvjetima rada ili su protivni općemu dobru. (KKC 2435)

53 Životinjama se smije služiti za hranu i izradu odjeće, pripitomljavati ih za rad u gospodarstvu i dokolicu. Prihvatljivi su i medicinski i znanstveni pokusi na životinjama ako ostaju u razumnim granicama. Nije dostojno čovjeka životinjama zadavati uzaludne patnje, rasipati njihove živote. Nedostojno je na njih trošiti velike svote novca koje bi se trebale utrošiti na olakšanje ljudskih patnji. Životinjama se ne mogu poklanjati osjećaji koji se duguju samo osobama. To nikako ne znači da se životinje ne može voljeti. (usp. KKC 2416-2418)

54 Nepoštivanjem prirode pokazujem da ne poštujem Božje djelo kojim On podržava moj život i život svih ostalih ljudi koji žive sad ili će živjeti u budućnosti, kao i životinja, biljaka i svega ostaloga što je Bog na Zemlji stvorio.

8. Ne reci lažna svjedočanstva

1. lažno svjedočenje (neistinit iskaz pred sudom), krivokletstvo (neistinit iskaz pod prisegom)
2. jesam li uskratio istinu onomu tko na nju ima pravo (npr. svjedočanstvo o nevinosti bližnjega)[55]
3. nepoštivanje dobra glasa[56]: davanje ili prihvaćanje neosnovanoga suda o nekomu kao da je istinit; ogovaranje[57]; klevetanje[58]; jesam li obeštetio onoga čiji sam dobar glas povrijedio (sukladno povredi: npr. javnom isprikom ako je povreda bila javna)
4. čuvam li povjerljive iskaze koji bi drugima mogli biti štetni, brinem li da se takvi iskazi ne šire; brbljavost[59]
5. jesam li sklon tuđe misli, riječi i djela tumačiti nepovoljno (drugoga treba biti spremniji opravdati nego osuditi)
6. laganje[60] (»velike« i »male« laži)[61]; laskanje[62]; hvastanje (razmetanje); ruganje (karikiranje, podcjenjivanje drugoga)
7. ako sudjelujem u sredstvima priopćavanja: nastojim li da obavješćivanje bude utemeljeno na istini, slobodi i pravdi; jesam li u iznošenju činjenica umjeren, sklon opravdati drugoga
8. čuvam li tajne koje sam dužan čuvati po naravi svoje struke, zanimanja ili radnoga mjesta
9. izvrtanje istine, iznošenje činjenica tako da im se značaj preuveličava ili umanjuje; zaobilaženje istine (npr. da bih se zaštitio od posljedica svojih pogrešnih djela)

9. Ne poželi tuđega ženidbenoga druga

1. jesam li nastojao oko čistoće srca (jesu li mi nakane u odnosu na druge čiste; gledam li vanjskim i unutarnjima očima na drugoga čisto: odbijam li napasti nečistih osjećaja, tijela i maštanja)
2. jesam li nastojao oko stidljivosti (čednosti): npr. odijevanjem koje čuva intimnost, dostojanstvo osobe i koje odbija otkriti što treba ostati sakriveno
3. jesam li omogućavao širenje erotizma u društvenoj sredini
4. ljubomora
5. sudjelovanje u uništavanju svoga ili tuđega braka
6. uništavanje veze (»hodanja«) mladića i djevojke iz nečistih pobuda (npr. da bi se nečiji momak ili djevojka preoteo, iz ljubomore ili sl.)
7. željeti nesreću nekom bračnom paru, proklinjati im sreću, potomstvo i činiti bilo što da se to i ostvari
8. manipuliranje osjećajima drugoga, u braku i izvan njega
9. pohađanje nudističkih kampova, zagovaranje nudističkoga pokreta

---

[55] Je li prikladno nekomu priopćiti istinu ili ne, ovisi o primjeni zlatnoga pravila: ne učini drugomu što ti ne bi volio da tko tebi učini. Nisam dužan reći istinu: 2. onomu tko na nju nema pravo; 2. ako time povrjeđujem dobro, sigurnost drugoga i njegov privatni život; 3. ako time povrjeđujem opće dobro; 4. ako bih time izazvao sablazan. (usp. KKC 2488 i 2489)

[56] Poštivanje dobra glasa osobâ zabranjuje svaki stav i riječ koja im može prouzročiti nepravednu štetu. (KKC 2477)

[57] Ogovara tko, bez objektivno valjana razloga, otkriva tuđe nedostatke i pogreške osobama koje za to ne znaju. (KKC 2477)

[58] Kleveće tko neistinitim tvrdnjama škodi dobru glasu drugoga i daje prigodu za krive sudove o njemu. (KKC 2477)

[59] »Ne valja izustiti nijedne isprazne riječi, što znači da ne reknemo ništa što nije od koristi ni meni ni kome drugome, niti je namijenjeno takvoj svrsi. Stoga, kad god što govorimo što je doista od koristi ili imamo nakanu da koristi bilo duši, vlastitoj ili tuđoj, bilo tijelu, bilo vremenitim dobrima, nikad to nije isprazno, pa makar govorio tko o stvarima koje su tuđe njegovu staležu, kao, na primjer, kad bi redovnik govorio o ratovima ili o trgovačkim poslovima. Nego u svemu što se reklo ima zasluga ako se govor valjano usmjeri, a grijeh je ako se zlo upravi ili uludo iznosi.« (DV 40)

[60] Laž je govorenje neistine s nakanom varanja. (KKC 2482)

[61] »Malim« se lažima nastoji izbjeći neko zlo, zadovoljiti potrebu, polučiti neku nepravednu korist.

[62] Laskanje je težak grijeh kad doprinosi tuđemu poroku ili teškomu grijehu. Nije dopušten niti dvosmislen govor. Laki je grijeh kada se njime nastoji izbjeći neko zlo, zadovoljiti potrebu, polučiti neku korist. (KKC 2480)

10. Ne poželi nikakve stvari bližnjega svoga[63]

1. čuvam li se navezanosti na bogatstvo; prepuštam li se Božjoj providnosti
2. zavist[64], ljubomora na tuđa materijalna dobra (kuću, automobil, bilo koju imovinu); tjelesno zdravlje ili izgled, »sreću u životu«, Božje darove[65], pamet, sposobnost, uspjeh, popularnost, prijatelje
3. željeti da se nečijim materijalnim dobrima dogodi nesreća ili proklinjati čije materijalno stanje
4. željeti da se dogodi nesreća ili proklinjati nečiji tjelesni izgled, »sreću u životu«, Božje darove, pamet, uspjeh, sposobnost, popularnost, prijatelje

63 Ne griješimo, ako pravednim sredstvima (npr. pravednom kupnjom) želimo steći stvari koje pripadaju bližnjemu. (usp. KKC 2537)

64 »Zavist je tuga koju osjećamo pred dobrom drugoga i neumjerena želja da to dobro prisvojimo, makar i nepravedno.« (KKC 2539)

65 Ovdje se ne misli na tzv. svetu zavist koja je potaknuta željom da se duša približi Bogu. Razlika je u tomu da se u grešnoj zavisti želi steći dobro koje posjeduje, makar i nepravedno. U tzv. svetoj zavisti osoba ne želi drugu osobu lišiti dobra koje je primila od Boga ili koje je stekla vlastitim nastojanjem nego, po dobrome primjeru druge osobe i sama želi steći milost koju je ta druga osoba već primila ili je dobar primjer potiče da ustraje u nastojanjima da se približi Bogu.

II. Sedam glavnih grijeha

1. oholost
2. škrtost
3. bludnost
4. zavist
5. srditost
6. lijenost[66]
7. neumjerenost u jelu i pilu

III. Šest grijeha protiv Duha Svetoga

1. ufati se previše (neopravdano) u milosrđe Božje
2. zdvajati ili očajavati o milosti Božjoj
3. protiviti se priznatoj istini kršćanske vjere
4. zavidjeti bližnjemu na milosti Božjoj
5. odbijati tvrdokorno spasonosne opomene
6. ustrajati u nepokori

IV. Pet crkvenih zapovijedi

1. drži se ženidbenih propisa
2. prisustvuj svetoj misi nedjeljom i zapovijedanim blagdanom
3. daruj za crkvene potrebe
4. na Pepelnicu i Veliki petak posti[67] i ne mrsi[68], a u petke ne mrsi
5. ispovijedi se najmanje jednom godišnje i o Uskrsu se pričesti

V. Kada griješimo u odnosu na grijeh bližnjega (Tuđi grijesi)

1. sudjelovati u tuđem grijehu izravno i svojevoljno
2. zapovjediti bližnjemu da griješi
3. nagovarati ili savjetovati bližnjega na grijeh
4. ne pokarati tuđi grijeh
5. pristajati na tuđi grijeh
6. hvaliti tuđi grijeh[69]
7. odobriti, pomagati, braniti tuđi grijeh
8. prisiljavati ili privoljeti drugoga na grijeh
9. ne prijaviti ili ne spriječiti grijeh kad smo to dužni učiniti
10. smijati se i praviti šale na račun tuđega grijeha

VI. Duhovna djela milosrđa

1. dvoumna savjetovati
2. neuka poučiti
3. grešnika pokarati
4. žalosna i nevoljna utješiti
5. uvredu oprostiti
6. nepravdu strpljivo podnositi
7. za žive i mrtve Boga moliti

VII. Tjelesna djela milosrđa

1. gladnoga nahraniti
2. žednoga napojiti
3. strancu pružiti sklonište
4. gola odjenuti
5. bolesnoga pohoditi
6. utamničenoga pohoditi
7. mrtvoga pokopati

---

66 Lijenost je u određenome trenutku ne činiti ono što treba, ali i činiti ono što ne treba. Dobra je uputa: činiti prvo dužnost, zatim ono što je korisno ali mi nije dužnost, a tek potom ono što mi je ugodno ali nije niti osobito korisno niti mi je dužnost

67 Post je uzdržavanje od mesne i druge hrane, a obvezan je za sve punoljetne sve do započete šezdesete godine života. Pastiri se duša i roditelji trebaju pobrinuti da i maloljetni budu poučeni o pravome smislu pokore iako nisu obvezni postiti i ne mrsiti. Svi su vjernici, svatko na svoj način, dužni činiti pokoru. Osim posta i nemrsa pokora uključuje: posvećivanje molitvi, izvršavanje pobožnih i dobrotvornih djela, odricanje od sebe, vjernije izvršavanje obveza. (*Zakonik kanonskoga prava* 1249-1253)

Euharistijski se post odnosi na sljedeće: »Tko želi primiti presvetu euharistiju neka se barem sat vremena prije svete pričesti uzdrži od bilo kakva jela i pića, izuzevši samo vodu i lijek.« (*Zakonik kanonskoga prava* 919, §1.) »Osobe poodmakle dobi i oni koji boluju od neke bolesti, kao i oni koji ih dvore, mogu primiti presvetu euharistiju iako su prošlog sata uzeli nešto hrane.« (*Zakonik kanonskoga prava* 919, §1.)

68 Nemrs je uzdržavanje od mesne hrane, a obvezan je za one koji su navršili četrnaestu godinu života. Obdržava se svakoga petka u godini, osim ako se podudara sa svetkovinom. (usp. *Zakonik kanonskoga prava* 1249-1253)

Svetkovine su:

1. Uskrsno trodnevlje;

2. Božić; Bogojavljenje, Uzašašće; Duhovi; nedjelje došašća, korizme i vazmenoga vremena; Pepelnica; dani Velikoga tjedna od ponedjeljka do četvrtka uključivo; dani Vazmene osmine;

VIII. Blaženstva (Lk 6,20-26)[70]

»Blago vama, siromasi: vaše je kraljevstvo Božje! Blago vama koji sada gladujete: vi ćete se nasititi! Blago vama koji sada plačete: vi ćete se smijati! Blago vama kad vas zamrze ljudi i kad vas izopće i pogrde te izbace ime vaše kao zločinačko zbog Sina Čovječjega! Radujte se u dan onaj i poskakujte: evo, plaća vaša velika je na nebu.	Ta jednako su činili prorocima oci njihovi! Ali jao vama, bogataši: imate svoju utjehu! Jao vama koji ste sada siti: gladovat ćete! Jao vama koji se sada smijete: jadikovat ćete i plakati! Jao vama kad vas svi budu hvalili! Ta tako su činili lažnim prorocima oci njihovi.«

IX. Dijelovi *Katekizma Katoličke crkve* koji se odnose na grijeh i sakrament pomirenja:

Pad	t. 385-412
Sakrament pokore i pomirenja	t.1422-1470
Čovjekova sloboda	t.1730-1742
Moralnost ljudskih čina	t.1749-1756
Moralnost strasti	t.1762-1770
Moralna savjest	t.1776-1794
Grijeh	t.1846-1869
Deset Božjih zapovijedi	t.2052-2550

---

3. Presveto Trojstvo; Tijelovo; Srce Isusovo; Krist Kralj; Blagovijest; Bezgrešno Začeće; Velika Gospa; Svi Sveti; Sv. Josip; Sv. Petar i Pavao; Rođenje Sv. Ivana Krstitelja; Dušni dan;
4. vlastite svetkovine (glavni zaštitnik mjesta, naslovnik crkve, obljetnica posvete crkve).
Usput, blagdani su:
5. Gospodnji blagdani upisani u opći kalendar;
6. nedjelje u božićno vrijeme i vrijeme kroz godinu;
7. blagdani B. D. Marije i svetaca upisani u opći kalendar;
8. vlastiti blagdani: zaštitnika biskupije, posvete stolne crkve, zaštitnika kraja ili pokrajine te dani vezani za kongregaciju (zaštitnika, utemeljitelja, naslovnika) i sl.
9. dani u došašću od 17. do 24. prosinca uključno, dani božične osmine, korizmeni dani.
(usp. *Časoslov rimskoga obreda*, sv. I. Zagreb: Kršćanska sadašnjost 1984. 66-67.)

[69] Sv. Ignacije u DV 41 ovako govori o tomu kada možemo govoriti o tuđemu grijehu, a kada ne: »Ne valja govoriti ništa što bi drugoga povrijedilo ili ga iznijelo na zao glas, jer ako otkrivam tuđi smrtni grijeh koji nije javno poznat, griješim smrtno, ako pak otkrivam laki, lako. Otkrijem li pogrješku, time očitujem i svoju vlastitu. Ima li pak netko na umu plemenitu svrhu, onda smije govoriti o grijehu ili pogrješki bližnjega na ova dva načina: Prvi je slučaj kad je grijeh već poznat javnosti, npr. o javnoj zabludi koja truje duše s kojima dolazi u dodir. Drugi je slučaj kad se tajni grijeh otkrije drugoj osobi kako bi ona pomogla grješniku da se popravi, ako se barem nekako naslućuje i vjerojatno očekuje da će mu drugi pomoći.«

[70] Usp. popis blaženstava u: Mt 5,3-12. Neke se Isusove upute za život korisne u kontekstu ispita savjesti mogu naći u Lk 6,27-42. KKC 1454 preporučuje pročitati i: Rim 12-15, 1Kor 12-13, Gal 5, Ef 4-6.

Dodatan podroban ispit savjesti vezan za grijehe protiv I. Božje zapovijedi

Idolopoklonstvo, pogrešne ideologije, vjerovanja i prakse[71]

(naglasite moguće inicijacije)[72]

1. klanjanje idolima (bilo kojem stvorenju), popuštanje ili njegovanje strasti (npr. za nekim sportom ili drugom djelatnosti, za osobom)
2. sklapanje saveza sa Sotonom ili povezanost sa štovanjem Sotone, Wicca i slični vještičarski kultovi
3. povezanost s vještičjim organizacijama, pojedinim vješticama, magima, čarobnjacima, ljudima koji imaju ikakve »posebne moći«
4. povezanost s voodoo obredima ili osobama koje se bave voodooom, magijom (bijelom, crvenom, crnom)
5. članstvo u slobodnom zidarstvu (masoneriji)
6. članstvo u komunističkoj ili socijalističkoj partiji
7. usvajanje nacističkih, fašističkih, nacionalističkih uvjerenja
8. sudjelovanje u pokretima kao što su skin-heads, u bandama i slično
9. uvjerenje u pojmove, zamisli, umišljanja do kojih sam došao sâm vlastitim razmišljanjem, a koji nisu u skladu s katoličkim naukom
10. vjerovanje u sudbinu
11. pretjerano obraćanje pažnje na snove i njihovo tumačenje (npr. pomoću sanjarice)

Spriritizam, vidovnjaštvo, proricanja

1. sudjelovanje ili prisutnost na spiritističkim seansama ili sastancima
2. zazivanja duhova (i npr. »igranje« pločom za zazivanje duhova iz šale)
3. savjetovanje s medijem, možda ste vi bili medij ili ste se na koji drugi način bavili provođenjem duhovnih sila
4. nadziranje umom ili traganje za parapsihološkim ili duhovnim iskustvima (npr. astralnim putovanjima)
5. bavljenje podizanjem stolova, tijela, automatskim pisanjem ili putovanjima duše
6. kreativna vizualizacija
7. određivanje viskom (ili rašljama) položaja u kući, podzemnih voda (npr. za kopanje bunara), držanje ploča ili drugih predmeta da bi se »neutralizirala loša zračenja«
8. posjete vidovnjaku ili njegove telefonske usluge
9. posjete vračarama, gatarama
10. posjete različitim osobama koje govore da vide prošlost ili budućnost, koje koriste različite vrste »energija«
11. proricanje iz tarot karata (kojih), drugih vrsta karata (kojih)
12. korištenje viska i okultnih knjiga
13. kineske ili druge tehnike proricanja budućnosti (štapićima, kockicama i sl.)
14. numerologija
15. čitanje i usklađivanje ponašanja s horoskopom, izrađivanje natalnih horoskopa
16. proricanje iz šalice kave, graha, lišća čaja, dlana, salivenog olova, irisa oka, kristalne kugle i sl.

Uroci, čaranje, bajanje

1. bacanje uroka (da bi se kome nanijelo zlo)
2. bajanje (»skidanje« uroka), »salivanje strava«, »gašenje uroka«, čarobni prašci, hodžini zapisi i sl.

---

[71] Dobro je pri navođenju ovih grijeha, opisati i neke njihove okolnosti jer time pobliže određujem počinjeni grijeh (npr. koliko sam puta što činio, koliko sam za neku uslugu platio i sl.)

[72] Za svaku je navedenu organizaciju, osim članstva dobro naglasiti i jesam li preuzeo neku odgovornu ili važnu ulogu, npr. u socijalističkoj partiji, masonskoj loži…

3. stavljanje po kući, okućnici, u posteljinu, na odjeću ili tijelo različitih smotuljaka, ispisanih komadića papira, »zapisa« (hodžinih, popovih …), jaja, kosti, dugih čavala ili drugih predmeta (osobito ako ste ih dobili od koje osobe koja se bavi okultnim)
4. izvođenje bilo kakvih nekršćanskih obreda ili proslava te sudjelovanje u njima (npr. Dana vještica, suncostaja (solsticija) ili ravnodnevnice (ekvinocija))

»Praznovjerja«

1. predmeti koji »donose sreću« ili »štite od zla«: amajlije, talismani, kipići, privjesci, odjevni predmeti (kao npr. Sai Babine majice), narukvice, brojalice – osobito ako su od osoba koje su povezane s okultnim
2. vjerovanje da djetelina, potkova, dimnjačar, mačak koji prelazi preko ceste i sl. donose sreću ili nesreću
3. uvjerenje da vam neka vrsta situacije, neke riječi ili što slično donosi sreću
4. izvršavanje narodnih običaja koji donose sreću (npr. stavljanje predmeta, krvi životinja ili sl. u temelje kuće i dr.)

Teozofija, antropozofija, ezoterija, novodopske (New Age) i srodne prakse

1. pristajanje uz teozofsku, antropozofsku, ezoterijsku ili novodopsku ideologiju (npr. ideje Helen P. Blavatsky, Alice Bailey, Teilharda de Chardina, Davida Spanglera, Rudolpha Steinera)
2. pristajanje uz obmanu da smo samodostatni, da nam Bog ne treba
3. odlaženje na bioenergetičarske tretmane
4. pohađanje reiki tečajeva, korištenje reiki postupaka
5. traženje izlječenja od kiropraktičara koji nije ortoped, homeopata koji nije službeni liječnik, akupunkture, bilo kakvih samozvanih liječnika koji za sebe tvrde da imaju posebne iscjeliteljske moći i koji se služe znanstveno nepotvrđenim metodama … [73]
6. prakticiranje joge (osim ako se izvodi samo onaj dio joge koji je čista tjelovježba)
7. bavljenje ili pristajanje uz druga staroindijska vjerovanja i čine, učenje kojeg gurua ili jogija; kult Hare Krishne, Sai Babe i sl., udisanja prane i dr.
8. vjera u reinkarnaciju, u kakve druge duhovne pojmove koji nisu katolički, pojmove iz starih ili živih nekršćanskih religija (indijskih, azijskih, egipatske, starogermanske, grčko-rimske, afričke ili s drugog područja)
9. transcedentalna meditacija, učenje Maharishi Mashes Jogija
10. pristajanje uz novodopsku popularnu kulturu (npr. knjige Richarda Bacha, Pabla Coelha; glazbu npr. Volleiander; *Feng Shui* kultura stanovanja)
11. različite nekatoličke tehnike »duhovnog pročišćenja« kroz tehnike opuštanja (npr. vježbama disanja, osobitom tjelovježbom i sl.); tehnike nekršćanske meditacije, osobiti oblici prehrane (npr. isključiva makrobiotička prehrana)
12. prakticiranje nekih istočnjačkih borilačkih vještina[74]
13. obožavanje anđela (kojih) ili drugih nadnaravnih bića (kojih), energijâ (kojih)
14. držanje u kući kristalnih ili drugačijih piramida, kugli ili sličnih predmeta, različitih novodopskih simbola, predmeta, slika
15. manipulacija teorijama koje ljude dijele na kategorije zanemarujući da smo svi jednaka djeca Božja (npr. eneagram, prema psihološkim svojstvima, prema auri i sl.)
16. izračunavanje bioritma i strogo ravnanje po njemu

---

[73] Dva su sigurna puta traženja izlječenja: 1. službena medicina i 2. vjera u Isusa koji liječi.

[74] Zakletvama, formulama, ritualima kojima ulazim u različite stupnjeve odajem počast ili prisežem na poslušnost i odanost nekom ili nečem što nije Bog. Nerijetko je takav slučaj s borilačkim vještinama koje u svom nazivu imaju riječ koja znači 'energija' (»ki«, »chi« ili slične).

Knjige, glazba, igre ...

1. računalne igrice kao što je »Tamnice i zmajevi« (»Dungeons & Dragons«) ili slične koje imaju okultni sadržaj, kupovanje i dobavljanje takvih igrica drugima
2. igrice, skupljanje sličica, gledanje programa s bićima kakvi su Pokemon (Pocket Monsters – »džepna čudovišta«, Digimon (Digital Monsters – »digitalna čudovišta«) ~~i~~ u kojima nema jasnoga stava da je nasilje zlo i u kojem nema vrijednosnoga suda dobra i zla, kupovanje takvih igrica i sličica, omogućavanje drugima da budu u dodiru s njima
3. dobavljam li djecu igre (npr. s kartama), dječje časopise (npr. o vješticama, čarobnjacima), knjige (npr. o Harryju Potteru) i sl. koje ih oraspoložuju za kasnije zanimanje za okultno
4. igranje igara okultne naravi, igara s uporabom izvanosjetilnom percepcijom, telepatijom ili sličnim
5. čitanje i posjedovanje knjiga o vještičarenju, čitanju budućnosti, izvanosjetilnoj percepciji, parapsihološkim pojavama, opsjednućima (iz zlih namjera, radoznalosti, zabave)
6. držanje u kući ičega što je povezano s okultnim ili što vam je dala neka osoba povezana s okultnim: kipića, ukrasa, slika, poklona, dijelova namještaja, uspomena i sl.
7. općinjenost filmovima o demonima, filmovima strave, općinjenost okultnim
8. intenzivno slušanje nekih vrsta glazbe i pristajanje uz ideje koje se tom vrstom glazbe promiču: npr. heavy metal, punk, psychodelia, hard rock, techno, gothic/dark …

Zahvaljujem se Veri Zefić, Idi Dvorščak i Marici Čunčić
na korisnim prijedlozima!

Priredila:
Vida Vukoja

U Zagrebu 11. studenoga 2008.